

**Instituto Superior Pedagógico  
Capitán Silverio Blanco Núñez  
Sede Pedagógica.**

***Tesis de opción al grado  
académico  
de Máster en Ciencias de la Educación.***

***Mención Educación Primaria.***

***Título:*** *Actividades para elevar la cultura alimentaria y nutricional en directivos, promotora de salud y enfermera del seminternado “Francisco Vales”.*

***Autora:*** **Lic. Irene Díaz Acevedo.**  
**Profesora Auxiliar.**  
**Metodóloga Dirección Municipal de Educación.**

***Tutora:*** **Dra.C.Zaida González Fernández.**  
**Profesora I. S. P. “Capitán Silverio Blanco Núñez”.**

**2008.**

## **SÍNTESIS**

El conocimiento que se posee sobre la alimentación y nutrición es una necesidad que refleja estilos de vida más sanos y una mayor calidad de vida. Por ello, se hace necesario nutrir a los actores educativos de conocimientos sólidos para que puedan enfrentar la problemática que se presenta en todas las escuelas, especialmente las de régimen seminterno. La presente investigación utiliza actividades que contribuyen a elevar la formación en cultura alimentaria y nutricional en directivos, promotora de salud y enfermera del seminternado de la enseñanza primaria “Francisco Vales”, del municipio Yaguajay, las cuales se caracterizan por ser de fácil aplicación, novedosas, con un enfoque desarrollador e integrador. Se aprovecharon las potencialidades y las fortalezas que brinda la estrategia de superación de la escuela y los diferentes textos, medios científicos y visuales para que se formen conocimientos sobre la cultura alimentaria y nutricional. Para su realización se utilizaron en la búsqueda de solución, métodos del nivel teórico como el analítico-sintético, inductivo-deductivo y el histórico-lógico; del nivel empírico, la observación, la encuesta, el análisis de documentos y la prueba pedagógica y de los matemáticos el cálculo porcentual y el estadístico descriptivo. Estos métodos demostraron que las actividades que se proyectaron en los directivos, promotora de salud y enfermera del seminternado “Francisco Vales” elevaron la formación en cultura alimentaria y nutricional.

## **PENSAMIENTO**

*“Comer bien, que no es comer ricamente, sino comer cosas sanas bien condimentadas, es necesidad primera para el buen mantenimiento de la salud del cuerpo y de la mente.”*

**José Martí**

# ÍNDICE

	<b>Pág</b>
<b>INTRODUCCIÓN.</b> .....	<b>1</b>
<b>CAPÍTULO I:</b> La Cultura Alimentaria y Nutricional como elemento de información y prevención dentro del Proceso Docente Educativo (P.D.E.) .....	<b>14</b>
<b>1. 1</b> El Programa de Promoción y Educación para la Salud sus particularidades en los centros seminternos .....	<b>19</b>
<b>1. 2</b> La formación como necesidad en el tema de la cultura alimentaria y nutricional. El papel de los directivos, la enfermera y el promotor de salud como ejes dinamizadores de su tratamiento .....	<b>25</b>
<b>1.3</b> Algunas reflexiones sobre la dieta, el balance nutricional y la mal nutrición en la formación de la cultura alimentaria y nutricional.....	<b>29</b>
<b>CAPÍTULO II:</b>	<b>44</b>
<b>2.1</b> Diagnóstico inicial de la cultura alimentaria y nutricional según los instrumentos aplicados.....	<b>44</b>
<b>2.2</b> Propuesta de actividades. ....	<b>52</b>
<b>2.3</b> Análisis de los resultados obtenidos con la aplicación de las actividades	<b>78</b>
<b>CONCLUSIONES.</b> .....	<b>86</b>
<b>RECOMENDACIONES.</b> .....	<b>88</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA.</b> .....	<b>89</b>
<b>ANEXOS.</b>	

## AGRADECIMIENTO

- ✚ Al Licenciado en Ciencias Sociales y constante investigador Lenier Méndez, y el M.sC Manuel Méndez Afonso, por cada palabra de aliento y de ayuda oportuna para levantar mi autoestima y poder seguir adelante.
- ✚ En especial a Saidel, por rebasar los límites de un hijo y llenar mis espacios de desesperación y agonía en calma y tranquilidad plena.
- ✚ A mi esposo e hijos por su apoyo, amor y dedicación en mi hogar en los momentos más difíciles y más necesitados.
- ✚ A mi Tutora, por su amor y comprensión en la revisión de forma incondicional de esta investigación colocando bien en alto su profesionalidad y sensibilidad humana, un lugar en mi corazón.
- ✚ A ti, **PADRE**, que nunca me has faltado.

“(...) es digno del cielo el que intenta escalarlo.”

José Martí

## INTRODUCCIÓN

A nivel mundial existe una amplia preocupación por garantizar la alimentación como un derecho humano básico que potencialice la calidad de vida al dotar al organismo de los nutrientes necesarios para el desarrollo. Ella en sí misma es un medio de prevención de enfermedades y anomalías en el funcionamiento biológico y psicológico del hombre. En este empeño una de las más importantes batallas es alcanzar una formación cultural apropiada que refleje una sostenibilidad en su utilización.

A pesar de los intentos de organizaciones mundiales por lograr una justicia social en relación con la alimentación y la nutrición, se muestra hoy una pérdida de las culturas autóctonas y la proliferación de comidas poco nutritivas, que ponen por encima de su poder alimenticio sus dividendos en el mercado internacional.

Existen múltiples experiencias en el tratamiento de una dieta adecuada y balanceada de alimentos, a pesar de ello según la Enciclopedia Encarta, algunos autores opinan que: "El hombre a través de la historia ha contado con una nutrición donde generalmente los alimentos se seleccionan por su paladar y se ha olvidado que la mal nutrición afecta la vida y la salud de los pueblos." (3 de octubre del 2006).

Pocos temas despiertan tanto interés académico y han llegado a producir publicaciones científicas en los últimos años como el tema de la cultura alimentaria. En artículo "Cultura Alimentaria" de David Moreno García señala que: "De hecho la historia y las investigaciones nos han proporcionado los datos para el conocimiento del hombre y su cultura alimentaría...", y destaca de ello el hecho de que..." en todas las épocas de la historia se ha planteado este como un problema para el hombre. Se reconoce que los alimentos son el determinante de su supervivencia según su aporte a la salud del individuo." (2003:1,2).

Moreno García, plantea que: "En el campo de la cultura alimentaria se revalora al alimento como un elemento de funcionalidad o disfunción dado que establece la sociabilidad, contribuye a la armonía entre algunos grupos e individuos, además de que representa valores, costumbres y tradiciones, y en algunos grupos o

sociedades se distingue como un símbolo que conlleva una carga de significados espirituales." (2003:2).

En el campo de la alimentación: comida, dieta y cultura son dimensionados a diferentes campos para su análisis; el histórico, biológico, económico, político y social. El hecho radica en que la humanidad por tener una relación con la alimentación se convierte en el actor principal y es ahí donde la comida, dieta y cultura ocupan un lugar relevante por la función que desempeña y que mucho tiene que ver con el conocimiento y el equilibrio de una sociedad o comunidad saludable en toda la extensión de sus instituciones.

Al transformarse los nuevos escenarios y contextos de donde provienen los nuevos alimentos que son accesibles para el consumo del ser humano, hay una conformación de su nueva cultura alimentaria. Al respecto Rosa María Lara y Mateos destacan: "No atender ni entender los problemas de salud, en su contexto sociocultural, ha sido causa de innumerables fracasos en las acciones médicas particulares e institucionales, injustificables por el enorme costo que representan". (1994:3). Esto se pone de manifiesto en países muy pobres y en las sociedades de consumo.

Desde el siglo pasado Cuba ha aumentado el conocimiento de integrar a la dieta alimentos de todos los grupos básicos que han permitido diseñar metodologías más adecuadas en su procesamiento y conservación, con el objetivo de diversificar la ingestión de los mismos. En este sentido y con el triunfo revolucionario de 1959 se iniciaron profundas transformaciones económico-sociales que permitieron el desarrollo de un amplio trabajo político-cultural, en el que se desarrollaron como concepción elemental, la necesidad de educar a la población para asumir su propia dieta.

Con el derrumbe del campo socialista en los albores de los 90 se agudizó la crisis económica y con ello el tema de la alimentación tomó un importante espacio. A pesar de la dura crisis, Cuba no cerró ningún centro escolar y se buscaron alternativas, especialmente a nivel local. Para ello se implementaron programas alimentarios especiales y de producción que abarcó a toda la población.

Entre los sectores del país donde el tema de la cultura alimentaria tuvo especial atención fue en el Ministerio de Educación (MINED), donde se desarrollaron importantes programas dirigidos a garantizar un correcto trabajo con la alimentación, a pesar de no contar con recursos nacionales relacionados con la variedad de alimentos que permitieran dar una uniformidad al trabajo, aspecto que limitó en estos años los resultados.

Es cierto que los hábitos alimentarios fueron conformados como parte de la historia, modificar lo tradicional, los modos de actuación en cuanto a la alimentación es necesario. Existen personas que poseen cierta cultura, pero no la practican y otras no lo hacen por desconocimiento. A pesar de su promoción, en ambas prevalece la costumbre. Para que esa modificación sea verdadera, profunda y duradera debe partir del conocimiento de los factores y los cambios que se pueden hacer en aras de una mejor salud.

En Cuba la dieta habitual que asume la mayoría de la población es poco variada e incluye un número reducido de alimentos y preparaciones culinarias ya conocidas y de nueva creación por lo que los conocimientos que tienen las personas no son suficientes sobre alimentación y nutrición a pesar de todos los programas priorizados informativos que tiene la Revolución.

En relación con lo anterior David Moreno García, señala que: “Es necesario revisar las percepciones de los sujetos y el de nosotros mismos los investigadores al categorizar los alimentos y clasificarlos para conocer sus concentraciones o comprender mejor sobre ellos y el por qué de su disponibilidad, frecuencia o elección en la dieta del hombre como parte de su cultura y estructura social”. (2003:1). La autora de la investigación comparte ese criterio.

Científicos como los doctores María Antonia Torres Cueto, Claudina, E. Zaldivar , Vilda Figueroa Frade, Olimpia V. Carrillo Fornés ... el MsC. Pedro J. Pascual Betancourt, Nitza Villapol, instituciones como; el MINED, el Ministerio de Salud Pública (MINSAP), el Instituto Nacional de Higiene de los Alimentos (INHA), y organizaciones como; la FAO, la Organización Mundial de la Salud (OMS) , el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), el centro de



Investigación, Tecnología y Medio Ambiente (CITMA), han abordado el tema de la alimentación y la nutrición a nivel internacional, nacional, provincial y municipal, por citar algunos ejemplos, lo que demuestra la importancia y necesidad de una formación cultural en el mismo.

En el curso escolar 2005-2007 en Cuba fueron creadas a nivel nacional plazas ocupacionales de Metodólogos de Alimentación Escolar en todas las instancias. Estas tienen como objetivo central, elevar la cultura alimentaria y nutricional en los centros donde se oferte alimentos, tarea que ha dado la posibilidad de constatar directamente el trabajo de las estructuras de dirección, promotor de salud y enfermera en el eje temático “La Educación Nutricional e Higiene de los Alimentos” (ENHA) del Programa Director de Promoción y Educación para la Salud (PD PES), así como el abastecimiento de alimentos que llega a las instituciones escolares emitido por el Consejo de la Administración de la Asamblea del Poder Popular, representado en la localidad por el Departamento de Abastecimiento Técnico Material.

A pesar de constituir estas plazas paradigmas en la formación de la cultura alimentaria y nutricional dentro de la batalla de ideas llevada a cabo por la Revolución, según objetivo trazado a ellas, en la localidad han sido eliminadas por la Estructura Municipal de Educación y avaladas por la Dirección Provincial de Educación, lo que deja al descubierto la insuficiente importancia que dan al tema de la alimentación y la nutrición, la falta de interés, motivación y preocupación. Queda claro que dentro de las instancias que rectorean dicho proceso, existen carecedoras de la preparación e información en el tema.

Cada enseñanza en Cuba, se rige por una guía alimentaria y un documento llamado **consumo social**, elaborado por un grupo especializado a nivel nacional que se antepone a la guía (Manual de Dietas y Recetas) con un orden jerárquico. Hoy en la actualidad este documento está sujeto a cambios constantemente como consecuencia de la crisis alimentaria mundial, por fenómenos naturales que ha sufrido el país y a las ofertas y demandas de la localidad.

Las instituciones escolares en Cuba, presentan dificultades y enfrentan el gran

reto de cambiar las conductas alimentarias y nutricionales sobre la base no solo de una guía alimentaria como instrumento educativo y científico sino, además de otros medios y vías que le posibiliten elevar ese campo cultural de conocimientos y a la vez influir en el radio de acción o comunidad donde se encuentre. Además las guías carecen de algunos requisitos para el personal que las manipula, no están acorde al nivel de su formación y el colectivo escolar no emite respuestas a preguntas que se le formulen en relación con los alimentos, solo ven la formación en el ámbito cultural y su pertinencia como algo casual y no con el carácter, la sistematización y la importancia que tiene, donde el ejemplo del educador es fundamental en la teoría y la práctica.

En términos de observación entre algunos hábitos alimentarios y nutricionales y modos de actuación incorrectos comprobados a través de visitas en los seminternados tenemos:

- 1 Desbalance nutricional.
- 2 Escasa bibliografía de consulta.
- 3 Poco interés, motivación y promoción sobre este tema.
- 4 Insuficiente dominio teórico-práctico en el tema.
- 5 Falta de variedad de alimentos.

En la enseñanza general, los contenidos de la **Educación para la Salud**, están contemplados dentro del currículo en los diferentes niveles de enseñanza y se abordan según las necesidades en cada aula, tienen salida a través del sistema de trabajo en la escuela, pero es en el Consejo de Dirección donde se trazan las estrategias a seguir y hoy existe una insuficiente formación en cultura alimentaria y nutricional en su personal, especialmente aquel que de manera directa trabaja con la alimentación. Además el eje temático Educación Nutricional e Higiene de los Alimentos no se encuentra con lugar de prioridad, aspectos estos, y los ya mencionados permitieron plantearse como **problema científico**:

¿Cómo formar en los directivos, promotora de salud y enfermera del seminternado “Francisco Vales “una cultura alimentaria y nutricional?

Se define como **objeto de estudio**: La atención integral al eje temático Educación nutricional e higiene de los alimentos y como **campo de acción**: La formación de los directivos, promotora de salud y enfermera en cultura alimentaria y nutricional del seminternado” Francisco Vales.”

Para lo cual se propone como **objetivo de la investigación**: Aplicar actividades dirigidas a la formación de los directivos, promotora de salud y enfermera del seminternado “Francisco Vales “en cultura alimentaria y nutricional.

### **Preguntas Científicas:**

¿Cuáles son los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan la formación en cultura alimentaria y nutricional?

¿Cuál es el estado actual de la formación de los directivos, promotora de salud y enfermera del seminternado “Francisco Vales”en cultura alimentaria y nutricional?

¿Qué características deben poseer las actividades sobre cultura alimentaria y nutricional?

¿Qué resultados se obtendrán con la aplicación de las actividades para la formación de los directivos, promotora de salud y enfermera del seminternado “Francisco Vales” en cultura alimentaria y nutricional?

De acuerdo a lo anterior se señalan las siguientes **tareas de investigación**:

1. Determinación de los fundamentos teóricos-metodológicos que sustentan la formación de la cultura alimentaria y nutricional.
2. Diagnóstico del estado inicial de la formación sobre la cultura alimentaria y nutricional en las directivas, promotora de salud y enfermera del seminternado” Francisco Vales.”
3. Elaboración de las actividades para la formación de la cultura alimentaria y nutricional.
4. Validación en la práctica de las actividades para la formación de las directivas, promotora de salud y enfermera del seminternado” Francisco Vales” en cultura alimentaria y nutricional a través de un pre-experimento.

En la investigación se emplearon diferentes **métodos, técnicas e instrumentos** que identificaron las causas del problema, las vías para resolverlas y la veracidad del mismo.

### **Métodos teóricos:**

- **Analítico –Sintético:** Permitió determinar el comportamiento de cada una de las partes del objeto de la investigación, la fundamentación teórica de las características del trabajo metodológico y sus formas.

- **Inductivo – Deductivo:** Se aplicó para analizar la propuesta teórica de las actividades encaminadas a potenciar la formación de los directivos, promotor de salud y enfermera desde los patrones establecidos en las normas dietéticas y las necesidades humanas, con las actuales condiciones del desarrollo mundial en el tema alimentario.

- **Histórico - lógico:** Aportó el conocimiento desde el surgimiento del problema y la lógica de su desarrollo concebida desde los patrones culturales y la expresión del contexto en el que se desarrolla.

### **Métodos de nivel empírico:**

1 **La observación:** Permitió conocer información del estado actual del problema, como punto de partida durante y después de la aplicación de las actividades de los procesos de alimentación, a docentes, no docentes y alumnos. (Anexo1)

2 **La encuesta:** Se aplicó con el objetivo de recoger la información que poseen sobre cultura alimentaria y nutricional, así como las actividades que el centro desarrolla como parte de la atención a este eje temático. (Anexo 2 )

3 **La entrevista:** Se aplicó con el objetivo de enriquecer la información y explorar con mayor profundidad el grado de desarrollo en cultura alimentaria y nutricional en los directivos, promotora de salud y enfermera así como para valorar el papel de la escuela y la preparación les brinda en el cumplimiento del Programa de Salud Escolar (Anexo 3)

- 4 **Análisis de documentos:** Permitió analizar el programa de Salud Escolar, la estrategia de superación de la escuela, los registros de consultas a bibliotecas y las actas de los consejos de dirección del centro, para identificar las particularidades del trabajo con el eje temático en el centro.
- 5 **Pre-experimento pedagógico:** Se utilizó para conocer el nivel de cultura alimentaria y nutricional en los directivos, promotora de salud y enfermera, antes y después de la aplicación de la propuesta de actividades.

**La prueba pedagógica:** Se utilizó para conocer el nivel de formación de la cultura alimentaria y nutricional en los directivos, promotora de salud y enfermera del centro seleccionado después de aplicada la propuesta de actividades. (Anexo 4)

### **Los métodos matemáticos:**

**Cálculo porcentual:** Permitió analizar cuantitativamente los datos recogidos de los diferentes instrumentos realizados y presentar la información a través de él.

**Estadística descriptiva:** Permitió representar datos en gráficos y en tablas.

De conjunto los métodos permitieron durante el proceso de investigación realizar inferencias, análisis, obtener criterios sobre la propuesta en sus inicios, desarrollo y salida del grupo en estudio.

Para el proceso investigativo se determinaron las siguientes **dimensiones:**

- Conocimiento sobre cultura alimentaria y nutricional.
- Modo de actuación profesional.

### **A continuación se definen cada una:**

**Cultura alimentaria y nutricional:** Actividades y conocimientos reflejados por conductas en el hombre, en contextos como el social, el psicológico, el económico, simbólico y religioso. Denota las prácticas de tradición, costumbres, creencias, unidad, status, género, raza y distinción. Transferencia de conocimientos, sentimientos y actitudes negativas o positivas para con los demás. (Criterio de la autora de forma operacional por no encontrar término en documentos.).

**Modo de actuación profesional:** "La manera de dirigir el proceso pedagógico

determinada por las particularidades de la actividad pedagógica. Se forma y estructura a partir de la secuencia de acciones generalizadas que debe seguir el docente en su actividad para realizar su misión de educación, entre las que se distinguen el estudio, el diseño, la conducción, la interacción social y el perfeccionamiento del proceso pedagógico (...) expresadas en capacidades, motivaciones, actitudes y cualidades de la personalidad que le dan su carácter individual. En la práctica el modo de actuación se revela en el desempeño del docente en diferentes situaciones y contextos. En su formación debe lograrse la suficiente flexibilidad para transformarse en relación con el desarrollo de la ciencia y la sociedad". (Pla López, 2005:18).

Para el análisis se definen como **indicadores:**

**- Para el conocimiento sobre cultura alimentaria y nutricional.**

**Primera dimensión.**

- 1- Métodos y técnicas que conduzcan a un aprendizaje activo.
- 2- Dominio de los conocimientos.
- 3- Acceso a diferentes fuentes bibliográficas.

**-Para los modos de actuación profesional.**

**Segunda dimensión.**

- 1- Capacidades y actitudes profesionales.
- 2- Creatividad y motivaciones en acciones variadas.
- 3- Uso correcto de los soportes técnicos.

**Población y muestra intencional:** La integran cuatro directivos (directora, vicedirectora, dos jefas de ciclo), una promotora de salud y una enfermera del seminternado "Francisco Vales", de Mayajigua.

**Caracterización de la muestra.**

Para la realización del trabajo se contó con una muestra de cuatro directivos, una

promotora de salud y una enfermera del seminternado “Francisco Vales” en Mayajigua. Cuentan entre once y treinta y ocho años de experiencia como promedio en el organismo y en el desempeño profesional entre once y veintiséis. Son docentes con un alto grado de responsabilidad ante el trabajo, cumplen cabalmente con las tareas que se le asignan, son receptivas y elevan su nivel de preparación cultural, pedagógica y metodológica a través del estudio consagrado unido al rigor científico. La Vicedirectora es Dra. C de la Educación. El centro ostenta la condición de “Vanguardia Nacional”, es de nueva remodelación constructiva, el local donde se elaboran los alimentos presenta óptimas condiciones al igual que el personal que labora en esta área. Las características de los organismos e instituciones agentes en la comunidad y consejo popular donde incide poseen favorables magnitudes cualitativa y cuantitativamente. Para el estudio se utilizó la totalidad de la población dado su tamaño, aspecto que eleva la representatividad en el trabajo y garantizó una mayor calidad en los resultados alcanzados.

#### **Novedad científica:**

Como novedad el presente trabajo ofrece la vinculación de actividades teóricas, metodológicas y prácticas para la formación de la cultura alimentaria y nutricional en las directivas, promotora de salud y enfermera. Estas han sido diseñadas con métodos y técnicas novedosas. Incluye textos nacionales e internacionales que permiten establecer comparaciones y emitir reflexiones acertadas en el contexto actual.

**La significación práctica** está dada en las actividades que se diseñan para elevar la cultura alimentaria y nutricional en la muestra seleccionada, las cuales se caracterizan por presentar un enfoque desarrollador e integrador, ser interesantes, motivacionales, y aplicables en diversos contextos y horarios.

La tesis está estructurada en dos **capítulos**, con una **introducción** que presenta el diseño teórico de la propuesta y fundamenta su necesidad junto a los aportes y la novedad científica y unas **conclusiones** y **recomendaciones** que cierran la propuesta realizada. En el **capítulo 1** se hace referencia en el orden teórico a la

cultura alimentaria y nutricional como elemento de información y prevención dentro del proceso docente educativo, con especial énfasis en el Programa de Promoción y Educación para la Salud y sus particularidades en los centros con régimen seminterno, así como los elementos teóricos que evidencian la necesidad de la preparación en quienes dirigen este proceso en la escuela y las particularidades de la preparación en este tema dentro del contexto escolar. En el **segundo capítulo** se analizan los resultados del diagnóstico inicial y se proponen las actividades para la solución de los problemas relacionados con este tema. Al final de la misma se encuentran los **anexos** que complementan la información.

Para el estudio se hizo necesario definir y tomar partido en cuanto a los principales **términos** utilizados:

**Cultura:** Es el resultado de la vida humana, la creación de valores tanto materiales como espirituales y es al mismo tiempo la actividad en la cual el ser humano asimila, se apropia, reproduce y crea valores culturales. (Soporte digital de la Maestría en Ciencias de la Educación. 2006).

**Formación:** Implica una acción profunda ejercida sobre el sujeto, tendiente a la transformación de todo su ser, que apunta simultáneamente sobre el saber-hacer, el saber-obrar y el saber pensar, ocupando una posición intermedia entre educación e instrucción. Concierno a la relación del saber con la práctica y toma en cuenta la transformación de las representaciones e identificaciones en el sujeto que se forma en los planos cognoscitivos, afectivos y sociales orientando el proceso mediante una lógica de estructuración, no de acumulación". (Ida C. Gorodoklin, en Revista Iberoamericana de Educación). (ISSN: 1681-5653).

**Actividad:** Aquellos procesos mediante los cuales el individuo, respondiendo a sus necesidades se relaciona con la realidad, adoptando determinada actitud hacia la misma. No es una reacción ni un conjunto de acciones. En ella ocurre la interrelación sujeto-objeto. Facultad de obrar. Operaciones de una persona o entidad. Cualidad de activo. (Segura Suárez, 2006:3).

**Actitud:** Es la disposición que nos lleva a actuar en determinada dirección, ya sea



positiva o negativamente, hacia un objeto, situación o grupos de situaciones que expresan la toma de posición del individuo. (Landaluce Gutiérrez, 2006:14).

**Hábitos:** Acciones que se convierten en automáticas como resultado de la repetición prolongada. (Landaluce Gutiérrez, 2006:13).

**Salud:** Estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. (Carvajal Rodríguez, 2000:1).

**Promoción de Salud:** Propicia a hombres y mujeres los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma, implica calidad de vida y estilo de vida. (Torres Cueto, 2003:14).

**Educación para la Salud:** Proceso de educación permanente basado en informaciones y acciones dirigidas a adquirir conocimientos, hábitos y habilidades que nos capaciten y faciliten cambios de conductas negativas y el fortalecimiento de otras en el proceso de fomentar estilos de vida más saludables. (Torres Cueto, 2003:10).

**Calidad de vida:** Se refiere a las condiciones económicas como sociales políticas, culturales y ecológicas de la existencia del individuo, incluyendo las condiciones de trabajo y de vida, el tiempo libre la organización del descanso, las mercancías y los servicios utilizados, la sanidad pública, la instrucción y el medio ambiente. (Carvajal Rodríguez, 2000:10).

**Estilos de vida:** es la manera general de vivir basada en las condiciones de vida en su sentido más amplio. (Torres Cueto, 2003:14).

**Modo de Vida:** Abarca los aspectos cuantitativos y cualitativos de la vida y la sociedad mutuamente relacionados. La actividad de las personas en todas las facetas, atendiendo a las condiciones históricas específicas. (Carvajal Rodríguez, 2000:10).

## **CAPÍTULO I: La Cultura Alimentaria y Nutricional como elemento de información y prevención dentro del Proceso Docente Educativo (P.D.E.)**

El hombre y la alimentación a través de los años se han hecho presentes en diversos tiempos, lugares o escenarios, determinando la alimentación los rumbos de las más grandes culturas. Esos elementos y el conocimiento de los contextos en los que tanto el hombre como los alimentos se han adaptado y desarrollado, demuestran la destreza humana y su determinación por establecer asentamientos, rutas de tránsito y comercialización, rutas de invasión e incluso lugares que ofrecen condiciones favorables y apropiadas para la subsistencia, o bien el desarrollo y expansión de diversas comunidades, además de sus costumbres y prácticas. Eso demuestra como, tanto la alimentación como la nutrición llevan un sello distintivo en la cultura del ser humano. En un artículo con el título "Cultura alimentaria" de David Moreno García, se expone el criterio que han abordado numerosos autores sobre el término de cultura y plantea:

Para E.B.Tylor " cultura es la totalidad compleja que incluye conocimientos, creencias, arte, ley, costumbres y cualquier otra capacidad y hábitos adquiridos por el hombre como miembro de una sociedad".

Young, señala que cultura son las "pautas más o menos organizadas y persistentes de hábitos, ideas, actitudes y valores que son transmitidos a los niños por sus mayores o por otros grupos mientras crecen".

Pearsons, describe a la cultura como un "sistema de símbolos creados por el hombre, compartidos, convencionales, y por cierto, aprendidos, que suministran a los seres humanos un marco significativo dentro del cual pueden orientarse en sus relaciones recíprocas, en su relación con el mundo que lo rodea y su relación consigo mismos".

David Moreno señala que John Beattie, en su texto " Otras culturas" plantea lo siguiente: "Han ocurrido y continúan ocurriendo graves malentendidos porque la gente ha intentado medir las instituciones de otras sociedades diferentes y poco conocidas en términos de las categorías conocidas e incuestionables de sus propias culturas. Mientras más grandes sean las diferencias entre los intereses de

las sociedades y menos completo el contacto ya establecido entre ellas mayor será el peligro de serias equivocaciones".

Según la Real Academia de la Lengua Española, señala que "cultura es toda obra de creación humana, tanto material como espiritual, que constituye un nivel de desarrollo alcanzado por la sociedad y que se trasmite de generación en generación". (julio-septiembre del 2003:2 Vol. 4 No.3)

Los autores han descrito cómo una cultura al pasar a otra de nuevos cambios se crea las condiciones propicias para que en el campo de la alimentación y la nutrición se presenten resistencias. Innumerables son las experiencias en el cual las comunidades o grupos sociales perciben el desplazamiento, modificación o la ruptura de lo tradicional por fuerzas que están a favor de modificar componentes de la cultura como lo es la alimentación, ya que es determinante el medio donde viven.

Cuando se refiere al alimento como parte de la cultura se coloca en contextos que tienen que ver con el hombre en lo social, lo psicológico, lo económico, lo simbólico, lo religioso, etc.; destacando nuevamente la función que tiene la alimentación en el hombre y en los grupos sociales. También es un hecho el que la alimentación dentro de la conceptualización y su evaluación orgánica - biológica demuestre los efectos devastadores o generadores de lo nutricional para desarrollar al organismo, además de ciertas actividades físicas y sociales. Sin embargo la alimentación en su relación con la cultura denota las prácticas por tradición, costumbres y creencias sobre lo que puede ser bueno y malo en su consumo alimenticio para la salud. Es así como una serie de actividades y conocimientos reflejados por conductas del hombre describen cómo las personas, han adoptado su cultura alimentaria, dependiendo siempre de su habitud.

El alimento bajo diversos enfoques teóricos coloca a la nutrición actualmente como una disciplina mucho más valiosa en el plano científico cuando precisamente incorpora los aspectos biológicos, psicológicos y sociales en esa perspectiva que no solo es de práctica determinista, sino contemplando los análisis de las teorías funcionalistas, estructuralistas, evolucionistas y ecológico

cultural para fundamentar cómo la alimentación lleva implícita cuestiones morales, de prestigio, de poder y de orden social, cómo en la sociedad y la comunidad el alimento se ha convertido en parte de nuestra imagen por sus efectos y no solo eso sino como también brinda placer, status y es apreciado como un arte. Al respecto David Moreno expresó: "En si la cultura alimentaria no solo es un reflejo con diversidad de características banales..." (Moreno García, 2003:5).

La alimentación y el hombre, debieran ser reconocidos en la diversidad de las cúpulas profesionales y científicas por conservar una relación que ha sido determinante en la evolución del hombre y el de sus comunidades, destacando su aportación a la humanidad y no debiendo quedar solo reducida a un concepto de necesidad e ingesta alimenticia fisiológico y biológicamente, sino el ser considerado como un eslabón que genera fuerza y que contribuye por medio de su interrelación, a la unión, situación que en muchas de las ocasiones ha determinado la supervivencia del grupo fundamentado y manejado por los estudios dietéticos y alimenticios bajo el marco del materialismo cultural, la ecología cultural y el socio ecologismo.

La asimilación de este tema en el quehacer pedagógico sirve de apoyo y de soporte a todas las ciencias. La escuela es la encargada de transmitir conocimientos, hábitos, habilidades y costumbres positivas, para garantizar un proceso docente educativo desarrollador, y la cultura alimentaria y nutricional, a criterio de la autora es un componente importante de la cultura general integral que debe formarse en los educandos.

Desde el ámbito sociológico depende del medio ambiente, de los factores económicos, políticos, de las costumbres y las tradiciones, de resultados de investigaciones, así como de medidas tomadas en el ámbito internacional, como una ley propuesta por EE.UU. muy vigente en estos días que se refiere a la creación de biocombustibles a partir de alimentos que necesita la población mundial, por solo citar un ejemplo.

La cultura alimentaria y nutricional, metodológicamente se inserta en los programas de todas las enseñanzas desde donde se aplican técnicas para